

# 互助+创意引领老人走出家门

退休后的生活节奏放缓,身体机能逐渐衰退,亲朋好友的离世……多重因素导致一些老人的生活变得单调而闭塞,这不仅影响他们的生活质量,还可能引发心理问题。幸运的是,北京市一些社区和机构已经注意到了这一现象,并采取了一系列创新举措,吸引老人走出家门,积极参与社会生活。

杨静波,一位62岁的退休老人,是石油大院社区文明劝导队和“萤火虫”老年互助社的活跃成员。他帮助社区里的高龄老人,与他们聊天解闷,生活因此变得充实而有意义。杨先生表示,参

与社区活动让他的退休生活更加丰富,也找到了新的社交圈子。与魏师傅的搭档,更是让他感受到了久违的友谊和归属感。

而对于85岁的徐秀英来说,生活的变化同样显著。由于腿脚不便和认知障碍风险,她曾一度陷入孤独。然而,什刹海街道社会心理服务中心的认知障碍表达性艺术疗愈小组活动为她打开了新世界的大门。在这里,她学会了种花、敲鼓、画画,甚至交到了新朋友。老师的耐心和支持,让她上课没有压力,反而充满了乐趣和期待。

除了这些传统的互助和疗愈活动,一些社区还通过举办更具创意的活动来吸引老人。在永定路街道八街坊社区,邹宇老师开设的摄影课就受到了老人们的热烈欢迎。许多老人对手机摄影充满热情,但缺乏专业指导。邹宇的摄影课不仅满足了他们的需求,还通过互动和点评环节增强了参与感。75岁的任先生就是其中的受益者,他从原本对社区活动不感兴趣,到成为摄影课的忠实听众,甚至交到了新朋友。

这些成功的案例表明,“互助+创意”活动是推动老人走出家门、参与社会生活

的有效方式。社区和机构应该继续探索更多元化、更具吸引力的活动形式,以满足不同老人的需求。同时,也应该给予老人更多的耐心和支持,让他们在活动中感受到快乐和成就感。

值得一提的是,这些活动不仅丰富了老人的生活,还促进了社区的和谐与团结。老人们在互助和交流中建立了深厚的友谊,形成了积极向上的社区氛围。这种氛围反过来又吸引了更多的老人参与活动,形成了良性循环。

莫凡

## 葡萄牙养老院火灾致6死20伤

葡萄牙北部布拉干萨区米兰德拉市一家养老院当地时间16日清晨发生火灾,造成6人死亡、20多人受伤。遇难者均为该机构内的老人。

据葡萄牙卢萨社报道,养老院负责人阿德里托·戈梅斯说,火灾疑似始于一张防褥疮床垫起火,起火房间所住3名老人全部当场丧生。另有3人因吸入浓烟导致呼吸系统出现问题而死亡。火灾报警时间为16日早晨5时左右。

事发养老院住有大约90名老人,其中部分伤者被送往米兰德拉及附近地区医院救治。相关部门已展开调查。

新华社

## T 图片新闻



## 备教材 迎开学

随着中小学开学临近,河北省多地新华书店开始教材和教辅资料的清点、搬运、分发等工作,确保秋季开学前课本教材全部到位。图为石家庄市栾城区新华书店工作人员在仓库清点教材。

李明发

## 研究借助恐龙牙齿化石解析中生代大气成分

德国一个研究团队日前发表研究说,他们通过分析恐龙牙齿化石中的氧同位素,对中生代时期大气中的二氧化碳浓度有了更深入了解,有助

分析长久以来地球大气变化过程。相关成果已发表在美《国家科学院学报》上。

研究人员表示,相关成果为研究人员利用化石牙釉

质研究早期地球大气成分及植物生产力水平提供了新的可能,对理解气候的长期变化具有重要意义。

新华社

## 眼见不一定为实 老年人要警惕AI陷阱

狗会系着围裙颠勺做饭,猫能推着小车摆摊卖货……这些听起来就很荒诞的场景,却让一些老人深信不疑。只因他们在手机上刷到了“眼见为实”的视频,却不知这背后藏着AI技术的“障眼法”。

当下, AI的发展如同一把双刃剑,既为生活带来便利,也被一些别有用心之人用来生成虚假信息,不少老年人被误导,甚至落入精心设计的诈骗圈套,成为人工智能时代里容易“迷路”的群体。

张老太就是受害者之一。她因轻信短视频中的“医生”推荐,购买了所谓的

“治腿疼神药”。而所谓的“60岁以上能领额外养老金”政策,更是让她一度与儿子产生误会。刘老太则因缺乏子女的陪伴,被AI生成的“贴心小姑娘”所迷惑,购买了对方推荐的按摩仪。

子女们对此深感无奈与担忧。他们发现,即便反复提醒,父母仍会落入AI诈骗的圈套。这背后,除了老年人对技术的陌生,更源于他们情感上的需求与孤独。骗子正是抓住了这一心理,利用AI技术编织认知陷阱,让老年人防不胜防。

AI诈骗的典型套路包括:制造虚假信息,如“70岁以上老人坐火车半价”等,混

淆视听;利用虚拟人设骗取情感信任,如“数字人”扮作孝顺晚辈或知心好友;以及深度伪造实施精准诈骗,如通过收集亲友语音、照片合成逼真音视频。

无论AI数字人的形象如何变幻,往往具有以下特征:数字人说话时口型与语音错位,直播中神态、背景长期不变,画面边缘有模糊重影。遇到可疑主播,老人也可以提要求,让视频里的人完成指定动作,真人能自然完成连贯动作,而AI数字人因依赖平面图像生成,在转头、手部精细动作时易出现扭曲、穿帮。同时,对于涉及“中奖”“转账”“政策变动”的

信息,老年人应通过多渠道核实,比如拨打政府部门官方电话、联系子女确认、查看权威媒体报道等。

然而,治理AI滥用不能仅靠老年人自身防范。社会各界应共同行动,为老年人筑起安全防线。平台应强制对AI生成内容进行醒目标识,开发老年模式过滤可疑信息;政府应开展专项整治行动,对涉老AI诈骗团伙依法从重处罚;社区应定期组织AI防骗课,提高老年人识别能力;子女则应定期帮助老人检查手机设置,关闭陌生账号推送。

马相

## S 时事速递

### 7月国民经济 稳中有进

7月,我国国民经济保持稳中有进态势。工业生产较快增长,规模以上工业增加值同比增5.7%;服务业快速发展,生产指数同比增5.8%;市场销售继续增长,社会消费品零售总额达38780亿元;货物进出口总额同比增6.7%。

就业形势总体稳定,全国城镇调查失业率平均值为5.2%。居民消费价格同比持平,环比上涨0.4%。国家统计局表示,下阶段,需着力稳就业、稳企业、稳市场、稳预期,推动经济平稳健康发展。

新华社

### 上半年 食品安全抽检 合格率97.39%

市场监管总局通报,上半年全国完成食品安全监督抽检263.9万批次,总体不合格率为2.61%,同比下降0.17个百分点。

消费量大的粮食加工品、食用油、畜禽肉及副产品等抽检不合格率较低,食品安全形势总体平稳。与去年相比,22类食品抽检不合格率降低,16类上升。不合格样品主要为农药残留超标、超范围使用食品添加剂等问题。市场监管部门已公布抽检结果,并开展核查处置,严控食品安全风险。

中新

### 普京: 希望以和平方式 解决乌克兰危机

俄罗斯总统普京16日傍晚在莫斯科表示,俄美领导人在美国阿拉斯加州的会晤坦诚、内容丰富,俄方尊重美方关于尽快结束俄乌冲突的立场,俄方也希望以和平方式解决乌克兰危机。

普京说,俄美已经“很久没有直接进行这种级别的会谈了”,“我们有机会平静、详细地阐述立场”。他强调,俄方尊重美国政府认为有必要迅速结束军事冲突的立场,“我们也希望通过和平手段解决所有问题”。

新华社

## 声明作废

▲哈尔滨晨翔消防器材有限公司,统一社会信用代码91230102578078023K,不慎将营业执照副本(3-1)丢失,声明作废。

▲哈尔滨丰汇机械设备租赁有限公司,账户号码:08055201040009001,开户银行:中国农业银行股份有限公司五常牛家开发区支行,法定代表人:陈志民(单位负责人)不慎将银行预留印鉴法人名章丢失,声明作废。

▲张丽敏,身份证号码:2302301978\*\*\*\*1723,不慎将黑龙江祥府基业房地产开发有限公司开具的增值税普通发票丢失,房屋地址:2号楼2单元2202室,发票代码:023002000104,发票号码:42422424,金额:182401.00元,声明作废。

▲哈尔滨市松北区有米有米商贸经营部(个体工商户),不慎将财务专用章丢失。开户行:中国银行股份有限公司哈尔滨和平路支行。账号:166508774220。声明作废。

▲董春雷把坐落宾县宁远镇朝阳街宾集用(1992)第10号土地使用证丢失,声明作废予以挂失。

▲孟宪平把坐落宾县常安镇双榆村尤家屯宾集用(1992)第18-07-19-16号土地使用证丢失,声明作废予以挂失。

▲购房人:李正瀛,不慎将黑龙江爱晚房地产开发有限公司开具的车库13-08黑龙江增值税普通发票丢失,发票代码:023001900105,发票号码:03027671,金额:299240元,声明作废。

▲购房人:李正瀛,不慎将黑龙江爱晚房地产开发有限公司开具的商品房13号楼-3-502黑龙江增值税普通发票丢失,发票代码:023001900105,发票号码:03027673,金额:515580元,声明作废。

▲五常市博满农业有限公司,不慎将食品生产许可证正副本丢失。许可证编号:SC10123018411447。声明作废。

▲五常市博满农业有限公司,不慎将食品生产许可品种明细表丢失。许可证编号:SC10123018411447。声明作废。

▲刘远航,身份证号码:2310261994XXXX0338,不慎将哈尔滨柏青房地产开发有限公司开具的增值税普通发票丢失,房屋地址:新松·未来ONE-A项目住宅小区6号楼2单元1602室,发票代码:023002000104,发票号码:45740405,金额:430000元,声明作废。

▲黑龙江省金鸿酷市政工程有限公司,不慎将法人(刘金库)名章丢失,开户行:中国工商银行股份有限公司哈尔滨买卖街支行。账号:3500010609100000365。声明作废。

▲黑龙江省金鸿酷市政工程有限公司,不慎将财务专用章丢失,开户行:中国工商银行股份有限公司哈尔滨买卖街支行。账号:3500010609100000365。声明作废。

▲哈尔滨夏阳文化传媒有限公司不慎将银行预留印鉴财务章丢失,账户号码:562050100100134410,开户银行:兴业银行股份有限公司哈尔滨和兴支行,声明作废。

▲哈尔滨夏阳文化传媒有限公司不慎将银行预留印鉴法人(胡浩)名章丢失,账户号码:562050100100134410,开户银行:兴业银行股份有限公司哈尔滨和兴支行,声明作废。

▲哈尔滨夏阳文化传媒有限公司不慎将银行预留印鉴法人(胡浩)名章丢失,账户号码:562050100100134410,开户银行:兴业银行股份有限公司哈尔滨和兴支行,声明作废。

▲哈尔滨夏阳文化传媒有限公司不慎将银行预留印鉴法人(胡浩)名章丢失,账户号码:562050100100134410,开户银行:兴业银行股份有限公司哈尔滨和兴支行,声明作废。

▲哈尔滨夏阳文化传媒有限公司不慎将银行预留印鉴法人(胡浩)名章丢失,账户号码:562050100100134410,开户银行:兴业银行股份有限公司哈尔滨和兴支行,声明作废。

▲哈尔滨夏阳文化传媒有限公司不慎将银行预留印鉴法人(胡浩)名章丢失,账户号码:562050100100134410,开户银行:兴业银行股份有限公司哈尔滨和兴支行,声明作废。

▲黑龙江省龙拓创欣工程科技有限公司经股东会研究决定终止企业经营,现拟向工商登记机关申请注销登记,统一社会信用代码:91230881MA7EBN62XM,清算组成员:刘文奎、张涛、刘世亮、王蕴韬、宋庆悦,请债权人自见报之日起45日内向本公司清算小组申报债权。根据公司法,特此公告。

黑龙江省龙拓创欣工程科技有限公司

2025年8月19日

声明公告刊登热线

18686716631

13763511313